

BAB I

LATAR BELAKANG

A. Latar Belakang

Berdasarkan data *Internasional Labour Organization* (ILO) menyatakan bahwa setiap tahun sebanyak dua pekerja meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan, kelelahan adalah berkurangnya kemampuan fisik dan mental sebagai akibat dari penggunaan berlebihan pada fisik, mental, atau emosional yang dapat mengurangi hampir seluruh kemampuan fisik termasuk kekuatan, kecepatan reaksi, koordinasi, dan pengambilan keputusan atau keseimbangan (Budianto, 2025).

Permasalahan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) yang menjadi pemicu dapat terjadinya kecelakaan kerja salah satunya ialah kelelahan. Kelelahan kerja adalah keadaan seseorang dimana menurunnya ketahanan dan efisiensi dalam bekerja. Hal tersebut disebabkan oleh melemahnya kondisi tenaga kerja untuk melakukan suatu kegiatan dan mengakibatkan terjadinya pengurangan kapasitas kerja dan ketahanan tubuh (Cahyawati, 2024).

International Labour Organization (ILO) meneliti bahwa setiap tahun 18.828 diantara 58.115 (32,8%) karyawan atau buruh mengalami kelelahan yang berakibat pada penurunan produktivitas. Kelelahan kerja memberikan kontribusi 50% terhadap terjadinya kecelakaan kerja. (Arsanti, 2023).

Menurut *Internasional Labour Organization* (ILO) menunjukkan data bahwa di dunia hampir setiap tahun terdapat sebanyak dua juta pekerja yang meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan, data ini semakin memperjelas bahwa kontribusi kelelahan kerja pada terjadinya kecelakaan kerja terbilang besar (Wurarah, 2024).

World Health Organization (WHO) dalam model kesehatan yang dibuat sampai tahun 2020 meramalkan gangguan psikis berupa perasaan lelah yang berat dan berujung pada depresi akan menjadi penyakit pembunuh nomor dua setelah penyakit jantung. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kementrian Tenaga Kerja Jepang terhadap 12.000 perusahaan yang melibatkan sekitar 16.000 pekerja di negara tersebut yang dipilih secara acak menunjukkan bahwa 65% pekerja mengeluhkan kelelahan fisik akibat kerja rutin, 28% mengeluhkan kelelahan mental dan sekitar 7% pekerja mengeluh stres berat dan merasa tersisihkan (Innah, 2021).

Occupational Safety and Health Administration (OSHA) mengatakan kelelahan kerja merupakan penyebab cedera yang paling besar dalam industri agro industri, dan pada bidang agro industri sendiri dilaporkan 34% dari hilangnya jam kerja disebabkan kelelahan kerja dan kompensasi pekerja digunakan untuk membiayai permasalahan yang menyangkut kelelahan kerja. Data kecelakaan kerja tahun 2017 di Indonesia terjadi sebanyak 123 ribu kecelakaan kerja, dengan jumlah yang meninggal 3 ribu, sedangkan pada tahun 2018 mencapai 173.105 kasus (Anansa, 2023).

National Safety Council melaporkan bahwa 13% cidera pada tempat kerja dapat dikaitkan dengan kelelahan. Lebih dari 2.000 orang dewasa yang bekerja dan pernah mengalami kecelakaan, menunjukkan bahwa 97% pekerja setidaknya memiliki satu faktor risiko kelelahan di tempat kerja, sementara lebih dari 80% memiliki lebih dari satu faktor risiko. Saat beberapa faktor tersebut bergabung maka potensi cidera pada pekerjaan meningkat (Innah, 2021).

Kelelahan kerja (*fatigue*) termasuk masalah kesehatan nasional yang merupakan salah satu risiko terjadinya penurunan derajat kesehatan tenaga kerja. Kelelahan kerja ditandai dengan melemahnya tenaga kerja dalam melakukan pekerjaan, sehingga dapat menimbulkan kesalahan dalam melakukan pekerjaan dan akibat fatalnya ialah terjadinya kecelakaan kerja. Upaya kesehatan kerja pada dasarnya merupakan penyesuaian kapasitas kerja dan lingkungan kerja. Keserasian antara dua hal tersebut sangat dibutuhkan agar terpenuhinya persyaratan kesehatan pekerja baik fisik maupun psikis sesuai dengan jenis pekerjaannya. Kelelahan kerja disebabkan oleh banyak faktor baik dari faktor individu dan juga faktor dari luar seperti lingkungan sendiri (Wulandari, 2023).

Di Indonesia, 1 pengawas ketenagakerjaan harus mengawasi 110 perusahaan yang ada di Indonesia. Sedangkan jumlah perusahaan yang sudah menerapkan Sistem Manajemen K3 yaitu 2.1% dari sekitar 15.000 perusahaan. Kelelahan akibat bekerja terus menerus akan

menyebabkan kesehatan karyawan menurun hingga menyebabkan kecelakaan kerja (Rahmawati, 2024).

Di Indonesia sendiri, sebanyak lebih dari 65% pekerja mengalami keluhan kelelahan kerja. Faktor ini disebabkan karena kelelahan di industri sangat beragam yang dipengaruhi oleh berbagai hal seperti beban kerja, lingkungan kerja, masalah fisik dan kondisi kesehatan yang disebabkan oleh faktor individu (umur, status gizi, pola makan, jenis kelamin dan kondisi psikologi). Masalah yang disebabkan karena kelelahan kerja antara lain yaitu kurangnya motivasi, kualitas kerja yang rendah, performansi rendah, produktivitas kerja rendah, cedera, terjadi banyak kesalahan dalam bekerja dan terjadi kecelakaan akibat kerja (Amalia, 2023).

Berdasarkan data Kementerian Tenaga Kerja dan Transmigrasi Indonesia tahun 2013 menyatakan bahwa setiap hari rata-rata terjadi 414 kasus kecelakaan kerja, 27,8% disebabkan kelelahan yang cukup tinggi. Lebih kurang 9,5% atau 39 orang mengalami cacat. Di Indonesia rata-rata pertahun terdapat 99.000 kasus kecelakaan kerja. Dari total tersebut, sekitar 70% berakibat fatal yaitu kematian dan cacat seumur hidup (Rahmawati, 2024).

Kelelahan kerja menjadi salah satu masalah yang cukup signifikan di PT PLN (Persero) ULP Karebosi. Berdasarkan hasil observasi awal, peneliti memperoleh data bahwa jumlah pekerja di PT PLN (Persero) ULP Karebosi mencapai 53 orang. Pekerja di

perusahaan ini menghabiskan lebih dari 8 jam kerja setiap harinya dengan hanya 1 jam waktu istirahat. Beberapa karyawan mengeluhkan penurunan kinerja dan efisiensi akibat kelelahan, serta kondisi lapangan yang sering kali tidak sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan.

Faktor-faktor seperti beban kerja, lama kerja, gizi, sikap kerja, dan stres kerja diduga memainkan peran penting dalam timbulnya kelelahan ini. Beban kerja yang tinggi dan waktu kerja yang panjang sering kali menyebabkan pekerja merasa kelelahan fisik dan mental, yang berdampak langsung pada kualitas dan efisiensi kerja. Selain itu, pola gizi yang tidak seimbang dan sikap kerja yang cenderung negatif, serta tingkat stres kerja yang tinggi, juga memperburuk kondisi tersebut. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara faktor-faktor tersebut dengan kelelahan kerja pada pekerja di PT PLN (Persero) ULP Karebosi, guna memberikan rekomendasi yang dapat meningkatkan kesejahteraan dan produktivitas pekerja

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Kelelahan Kerja Pada Pekerja Di Pt Pln (Persero) Ulp Karebosi”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang di paparkan maka rumusan masalah yang di kemukakan ialah:

1. Bagaimana Gambaran beban kerja terhadap kelelahan kerja pada pekerja PT. PLN (Persero) ULP Karebosi?
2. Bagaimana lama kerja terhadap kelelahan kerja pada pekerja PT. PLN (Persero) ULP Karebosi?
3. Bagaimana gambaran status gizi terhadap kelelahan kerja pada pekerja PT. PLN (Persero) ULP Karebosi?
4. Bagaimana gambaran sikap kerja terhadap kelelahan kerja pada pekerja PT. PLN (Persero) ULP Karebosi?
5. Bagaimana gambaran stres terhadap ja pada pekerja PT. PLN (Persero) ULP Karebosii?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Adapun tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui gambaran beban kerja, lama kerja, status gizi, sikap kerja dan stress kerja terhadap kelelahan kerja pada pekerja PT. PLN (Persero) ULP Karebosi.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui gambaran beban kerja terhadap kelelahan kerja pada pekerja
- b. Untuk mengetahui gambaran lama kerja terhadap kelelahan kerja pada pekerja
- c. Untuk mengetahui gambaran status gizi terhadap kelelahan kerja pada pekerja

- d. Untuk mengetahui gambaran sikap kerja terhadap kelelahan kerja pada pekerja
- e. Untuk mengetahui gambaran stres kerja terhadap kelelahan kerja pada pekerja

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pengetahuan dan pengalaman peneliti dalam bidang yang sedang diteliti. Selain itu, penelitian ini akan membantu peneliti mengasah keterampilan dalam melaksanakan riset secara sistematis dan menerapkan berbagai konsep serta teori yang telah dipelajari untuk pengembangan diri dan karir profesional di masa mendatang.

2. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang jelas mengenai tingkat kelelahan kerja pada pekerja PT PLN (Persero) ULP Karebosi, serta faktor-faktor yang mempengaruhinya seperti beban kerja, lama kerja, status gizi, sikap kerja, dan stres kerja. Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi perusahaan dalam upaya pencegahan dan pengendalian kelelahan kerja, sekaligus menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya di bidang Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3).

3. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang bermanfaat bagi PT. PLN (Persero) ULP Karebosi dan para pekerja

dalam meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan dan keselamatan kerja (K3). Dengan demikian, diharapkan dapat tercipta lingkungan kerja yang lebih aman dan produktif, serta menjaga kesejahteraan pekerja di perusahaan tersebut.